BARDATTE

Pour 4 à 6 personnes. 1 gros chou frisé, 1 lapin, 200 g de chair à saucisse, sel, poivre, 1 crépine de porc, 2 carottes, 2 oignons, 1 bouquet garni, 1 c à soupe de saindoux, 1/2 litre de vin blanc sec.

Nettoyez le chou, faites-le blanchir à grande eau bouillante salée 8 à 10 mn, égouttez-le. D'autre part, désossez complètement le lapin, hachez la chair assez grossièrement et mélangez-la à la chair à saucisse, assaisonnez. Ouvrez le chou, retirez le coeur et remplacez-le par le hachis préparé refermez le chou, et répartissez le reste de hachis entre les feuilles. Entourez le chou de crépine pour maintenir le tout. D'autre part, pelez et émincez les carottes et les oignons, faites-les revenir dans le saindoux en cocotte, posez le chou par-dessus, mouillez de vin blanc (il doit arriver à peu près à mi-hauteur). Joignez le bouquet garni, assaisonnez. Couvrez et laissez mijoter pendant 1 h 30. Pour être sûre que le chou n'attache pas au fond de la cocotte, vous pouvez y mettre une barde de lard. Ce plat peut se faire aussi en farcissant les feuilles de chou au lieu de le farcir entier. Dans ce cas, détachez les feuilles avant de les faire blanchir et ôtez les plus grosses ôtes avant de former des roulades. Chaque roulade doit être ficelée pour maintenir la farce. Servez avec des marrons cuits à l'eau ou des marrons en conserve au naturel réchauffés dans leur jus.

BORTSCH

Emincez finement le quart d'un chou vert et le quart d'un chou rouge en retirant les grosses côtes. Coupez en fine julienne deux betteraves rouges cuites. Faites bouillir 1 litre de bouillon de pot-au-feu bien épicé et jetez les légumes dans le liquide bouillant avec quelques grains de cumin et 3 c à soupe de concentré de tomate. Laissez cuire à couvert pendant 1 h. Au moment de servir, ajoutez le jus d'une betterave passée au tamis et un filet de vinaigre. Accompagnez de crème aigre.

BOULETTES A LA SAUCE TOMATE

Faire blanchir tout d'abord 8 feuilles dc chou vert dans une casserole d'eau salée. Les sortir délicatement à l'aide d'une écumoire. Préparez ensuite un hachis avec 4 tranches de jambon blanc, 3 tranches de rôti de boeuf cuit, ail, persil, sel et poivre. Faire revenir dans 50 g de beurre. Etaler chaque feuille de chou sur le plan de travail et garnir avec un peu de préparation. Rabattre les côtés dessus et enrouler les feuilles d'une fine tranche de lard fumé pour former des boulettes. Les disposer dans un plat à gratin et les saupoudrer de chapelure. Allumer le four et passer le plat sous le gril pendant 10 à 15 mn, jusqu'à la formation d'une croûte dorée. A part, faire chauffer du coulis de tomate légèrement salé et généreusement poivré. Servir sans attendre.

CHOU

1 kg de chou, 1 gros oignon, 6 gousses d'ail, 1/4 de c à café de gingembre, 5 grosses feuilles de menthe hachée, 1 c à café de paprika, 2 c à café de curry, 1 c à café de muscade. Faire revenir les épices dans de l'huile et cuire le chou à l'étouffée.

CHOU

600 g de chou 1 1/2 c à café de cannelle, 3 grosses feuilles de menthe hachées, 2 pincée de safran, 1 c à café de poivre, 3 c à café de paprika, sel. Faire revenir les épices dans de l'huile et cuire le chou à l'étouffée.

CHOU

Couper un chou en julienne. Faire fondre 100 grammes de lard en dés. Retirer les lardons et mettre dans le lard fondu des oignons émincés et le chou. Mouiller d'eau, saler. Cuire deux heures à couvert. Avant de servir, ajouter un petit verre de vinaigre et des lardons.

CHOU

600 g de chou, 1 1/2 c à café de cannelle, 3 grosses feuilles de menthe, 3 c à café de paprika, 2 pincées de safran, 3 c à soupe d'huile, sel, 1 c à café de poivre. Faire revenir les épices dans l'huile. Cuire le chou à l'étouffée en ajoutant un peu d'eau.

CHOU A L'ESPAGNOLE

Pour 3 personnes: 1 chou bien pommé de taille moyenne, 1/2 verre d'huile d'olive, 3 gousses d'ail, 4 oeufs, 4 belles tomates fraîches ou coulis en boîte, sel, poivre, piment.

Eplucher le chou. Le faire cuire à l'eau bouillante salée. L'égoutter soigneusement et laisser refroidir. Le couper alors finement et le faire revenir dans une poêle avec la presque totalité de l'huile, l'ail haché menu, sel, poivre. Lorsqu'il commence à dorer arrêter la cuisson. Huiler un plat allant au four. Parsemer une poignée de chapelure. Disposer au fond une couche de chou assez mince puis une partie des oeufs battus en omelette avec sel, poivre et quelques gouttes d'huile. Alterner jusqu'à épuisement les couches de chou et d'omelette. Cuire à four moyen 20 à 30 minutes. Démouler encore chaud. Servir accompagné d'un coulis de tomate pimenté. Se sert chaud ou froid arrosé de jus de citron.

CHOU A L'ITALIENNE

Préparation: 10 minutes. Cuisson: 40 minutes. Pour 4 personnes: 1 chou, 2 tomates, 1/2 citron, 5 graines de cumin, 50 g de gruyère râpé, sel, poivre, 1 feuille de laurier.

Eplucher le chou et le laver. Dans un fait-tout faire bouillir de l'eau salée puis y jeter le chou, laisser blanchir et cuire pendant dix minutes. Pendant ce temps, couper les tomates et les faire cuire à l'étouffée avec une feuille de laurier le jus d'un demi-citron et les graines de cumin, saler et poivrer. Laisser cuire ainsi doucement pendant dix minutes. Egoutter le chou et le couper en lamelles puis l'ajouter aux tomates et laisser encore mijoter un quart d'heure, puis retirer la feuille de laurier. Verser alors les légumes dans un plat pouvant aussi bien aller au four qu'être présenté à table, le saupoudrer de gruyère rapé, mettre à four chaud (230° 6/7 du thermostat) pendant quelques minutes et servir aussitôt.

CHOU AU CURRY

1 petit chou blanc. Sauce: 2 oignons, 1 gousse d'ail, 15 g de racine de gingembre, 50 g de beurre, 1 c à café rase de cumin, 1/2 c à café de fenugrec, 1/2 c à café rase de moutarde en graines, 1 boîte de tomates pelées (250 g), 1 c à café de sel, 1 c à soupe rase de curry en poudre, 1 c à café de coriandre en poudre, 1 c à café de curcuma, 1 c à café de poivre de Cayenne, 3 feuilles de laurier, 4 clous de girofle, 3 bâtons de cannelle de 5 cm.

Pelez et hachez les oignons, l'ail et le gingembre, Faites-les revenir dans la matière grasse chaude en remuant. Ajoutez le cumin, le fenugrec et les graines de moutarde, laissez cuire 5 mn. Joignez alors les tomates pelées, toutes les épices en poudre (sel, curry, coriandre, curcuma, Cayenne), ainsi que les feuilles de laurier écrasées, les clous de girofle et la cannelle. Mouillez d'un verre d'eau. Portez à ébullition. Laissez mijoter 10 mn. Nettoyez le chou, coupez-le en lanières. Ajoutez-le à la sauce. Laissez cuire encore 10 mn.

CHOU AU GRATIN

Pour 4 à 6 personnes: 1 beau chou vert frisé, 250 g de lard fumé, 50 g de beurre, 1 barde de lard, sel, poivre, 1/4 l de bouillon (eau et cube); thym, laurier, 100 g de gruyère râpé.

Nettoyez le chou, coupez-le en quatre. Faites-le blanchir pendant 15 mn à l'eau bouillante, puis égouttez-le. Coupez le lard en lardons et faites-les revenir dans le beurre dans une cocotte à fond épais. Quand ils sont rissolés, retirez-les et recouvrez le fond de la cocotte de bardes de lard. Remettez le chou et les lardons par-dessus, salez (peu, à cause du lard et du bouillon), poivrez, mouillez de bouillon chaud, joignez le thym et le laurier, couvrez et laissez mijoter tout doucement 1h30 en surveillant le niveau de liquide (remettez éventuellement un peu de bouillon). Répartissez ensuite le chou et les lardons dans un plat à gratin en saupoudrant de fromage rapé et faites gratiner à four chaud.

CHOU AU GRATIN

Pour 6 personnes. Coupez deux choux pommés en quatre et lavez-les à l'eau vinaigrée. Faites-les cuire à grande eau vinaigrée. Egouttez-les, passez-les à l'eau fraîche. Egouttez-les très soigneusement. Pendant ce temps, faites sécher une tranche de mie de pain au four; écrasez-la ensuite au rouleau à pâtisserie pour en faire une chapelure très grossière. Faites une sauce béchamel: laissez fondre 40 g de beurre, ajoutez 40 g de farine et laissez cuire en tournant avec une cuillère en bois, jusqu'à ce que le mélange soit mousseux. Ajoutez ensuite 1/4 de litre d'eau et 1/4 de litre de lait froids d'un seul coup. Laissez épaissir en tournant. Ajoutez du sel, du poivre, et 25 g de gruyère râpé. Hachez grossièrement les choux au couteau, sur une planche. Mélangez des choux à la sauce et mettez dans un plat allant. au four. Saupoudrez du reste de gruyère et de mie de pain. Ajoutez quelques morceaux de beurre et faites gratiner.

CHOU AU JAMBONNEAU

Pour 4 personnes. Préparation: 10 mn. Cuisson 20 mn. 1 jambonneau 1 chou blanc ou vert, 300 g de pommes de terre 4 belles gousses d'ail pelées, 50 g de beurre, gros sel, poivre.

Enlevez toutes les grosses feuilles qui entourent le chou. Coupez-le en quatre. Plongez les quarts dans une grande marmite d'eau bouillante. Laissez 34 mn d'après la reprise de l'ébullition. Egouttez. Laissez tiédir. Coupez les gousses d'ail en gros morceaux. Mettez-les dans une large sauteuse avec le beurre et 10 cl d'eau. Couvrez. Posez 10 mn sur feu très doux afin que l'ail cuise en infusant dans le beurre et l'eau. Otez du feu. Epluchez les pommes de terre. Coupez-les en gros morceaux. Otez la partie blanche et dure de chaque quartier de chou puis coupez-les en grosses lanières ou en fins quartiers. Versez 2 cm (1 litre environ) d'eau chaude dans une grande cocotte. Ajoutez les pommes de terre et le chou. Parsemez de gros sel. Couvrez. Faites bouillir 10 mn à feu vif. Egouttez. Versez le chou et les pommes de terre dans la sauteuse sur le jus à l'ail. Réchauffez sur feu moyen en tournant doucement pour bien enrober les légumes de jus parfumé à l'ail sans les écraser. Vérifiez l'assaisonnement en sel et poivre. Versez dans le plat de service. Posez au milieu le jambonneau froid coupé en tranches. Servez aussitôt.

CHOU BLANC BRAISE

Coupez le chou-blanc en fine julienne et assaisonnez-le de sel, poivre et muscade râpée. Coupez en petits lardons 100 g de lard maigre et mettez-les dans une casserole avec une cuillerée à soupe de beurre. Faites légèrement rissoler et ajoutez un oignon haché. Lorsque ce dernier a légèrement pris couleur, ajoutez le chou en julienne. Couvrez la casserole et mettez-la sur petit feu en ajoutant 2 cuillerées à soupe d'eau chaude. une feuille de laurier et une brindille de thym. La cuisson durera environ une heure à feu très doux. Mélangez soigneusement et servez avec un rôti de porc, des saucisses, etc...

CHOU BRAISE AUX POMMES

Pour 6 personnes: 2 petits choux verts, 1, 500 kg de pommes vertes Green Smith, 150 g de lard de poitrine maigre et fumé, 100 g de beurre, 1 couenne, 3 carottes, 1 gousse d'ail, 6 oignons moyens, 2 verres d'eau chaude, 1 c à entremets de Maggi, 2 petites c d'huile, thym, laurier, sel, poivre.

Nettoyer les choux. Oter les feuilles dures. Couper les choux en quatre. Les laver abondamment. Eplucher, laver, couper en deux carottes et oignons. Faire blanchir les choux 5 minutes a l'eau bouillante salée. Les égoutter. Par ordre de cuisson, mettre h couenne dans une cocotte, puis les carottes, les oignons, l'ail concassé enfin les choux arrosés d'huile. Saler, poivrer. Ajouter du thym, du laurier et le Maggi dilué dans l'eau. Couvrir. Laisser cuire 1 heure 15 à petit feu en mettant le lard en cours de cuisson. Servir avec les pommes pelées, coupées en huit, poivrées et sautées au beurre.

CHOU FARCI

Faites blanchir un chou vert pommé. Retirez le trognon et creusez le coeur. D'autre part mélangez 150 g de chair à saucisse que vous aurez fait revenir à la poêle, 100 g de veau haché revenu également, 2 échalotes, 1 gousse d'ail, beaucoup de fines herbes, le tout haché, 1/2 tasse de mie de pain imbibée d'un oeuf, sel, poivre. Farcissez le chou. Ficelez-le et faites-le mijoter en cocotte pendant 2 h 1/2 avec 1 couenne de lard, 1 oignon, 1 carotte, 1 verre de vin blanc et 1/2 verre de bouillon.

CHOU FARCI

2 beaux choux, 1 barde de lard, 4 c. à soupe d'huile. Pour la farce: 500 g de feuilles de blettes, 200 g de persil, 1 gros oignon, 2 gousses d'ail, 300 g de reste de viande, 200 g de lard de poitrine demi-sel blanchi, 5 oeufs, 150 g de farine, 1,5 dl de lait, sel, poivre. Hacher tous les ingrédients, incorporer les oeufs, la farine, le sel, le poivre, le lait faire une farce assez ferme. Huiler le fond de la cocotte puis mettre une couche de feuilles de chou, puis une couche de farce, ainsi de suite. Cuire à feu doux.

CHOU FARCI

1 chou, 250 g de côtes de blettes ou d'épinards, 50 g de beurre, 1 oignon haché, 1 gousse d'ail, 2 tomates (ou une cuillerée à soupe de tomate concentrée), 2 cuillerées à soupe de riz, 250 g de chair à saucisse, 100 g de lard de poitrine, 2 oeufs, sel, poivre, un morceau d'étamine.

Faites bouillir de l'eau salée dans l'auto-cuiseur. Plongez-y le chou. Laissez cuire 5 minutes sans pression. Egouttez et pressez le chou. Conservez l'eau de cuisson. Sur une étamine, disposez un lit de belles feuilles de chou. Hachez finement les autres. Faites cuire les côtes de blettes 10 minutes à l'eau bouillante salée. Pendant ce temps, hachez grossièrement l'oignon, L'ail et les tomates. Faites dorer le tout dans une poêle avec 50 g de beurre. Ajoutez-y le riz,

puis la chair à saucisse, le lard coupé en dés, sel, poivre, les blettes et les choux hachés. Retirez du feu et incorporez-y deux oeufs. Vérifiez l'assaisonnement qui doit être relevé. Formez une boule avec cette farce qui doit être ferme. Déposez-la au centre des feuilles de chou. Enfermez la farce dans les feuilles en saisissant les quatre pointes de l'étamine et en les ligotant ensemble avec une ficelle. Plongez ceci dans l'auto-cuiseur contenant l'eau de cuisson du chou. Fermez la cocotte et laissez cuire doucement 45 minutes à partir de la mise en rotation de la soupape. Présentez ce chou farci découpé en tranches et accompagné d'une sauce tomate.

CHOU FARCI

Pour 6 personnes. Préparation: 30 mn. Cuisson: 1 h 45. 1 gros chou vert frisé, 4 petits navets, 4 petites carottes, 500 g d'échine de porc désossée, 150 g de jambon fumé, 2 oeufs, 2 oignons, 1 échalote, 2 tranches de pain de mie, 1 verre de lait, 4 c à soupe de persil ciselé, 1 bouquet garni, 2 tablettes de bouillon de boeuf, 1 pincée de quatre épices, 30 g de beurre, sel, poivre.

Nettoyez le chou en enlevant les feuilles extérieures et à l'aide d'un couteau pointu, creusez un cône à la base pour éliminer la partie dure du coeur. Plongez le chou dans un faitout d'eau bouillante salée pendant 15 mn puis égouttez-le. Pendant ce temps hachez finement au couteau l'échine de porc et plus grossièrement le jambon. Emiettez le pain dans un bol, couvrez de lait et laissez gonfler. Pelez et émincez finement les oignons et l'échalote. Faites-les revenir 5 mn dans le beurre chaud. Dans une jatte, réunissez les viandes hachées, le pain égoutté, le contenu de la poêle, les oeufs, les quatre-épices et le persil. Pelez les carottes et les navets, coupez-les en dés. Ecartez les feuilles du chou et prélevez celles qui sont à l'intérieur, pour obtenir une grande cavité. Prenez soin de ne pas détacher les feuilles extérieures. Hachez au couteau les feuilles prélevées, ajoutez-les dans la farce. Salez, poivrez. Travaillez le tout pour obtenir une préparation homogène. Tassez cette farce dans le coeur du chou et répartissez les dés de légumes entre les feuilles extérieures. Emballez le chou dans un linge, ficelez avec du fil de cuisine, sans trop serrer pour qu'il ne se déforme pas. Laissez dépasser un long morceau de ficelle (en double pour qu'elle soit plus solide), pour pouvoir suspendre le chou. Faites bouillir de l'eau dans un grand faitout. Ajoutez le bouquet garni et les tablettes de bouillon émiettées. Posez une cuillère de bois en travers du faitout. Après avoir glissé la ficelle autour du manche, afin que le chou soit suspendu dans le bouillon, sans toucher le fond du faitout. Faites cuire 1 h 30 à petits frémissements. Egouttez, déballez le chou, servez aussitôt et tranchez à table.

CHOU FARCI

Pour 6 personnes: 1 beau chou vert frisé, 2,5 litre de bouillon de viande (4 bouillons dilués dans de l'eau), 250 g de feuilles de bettes, 25 g de beurre, 200 g de poitrine fumée, 750 g de chair à saucisse, 2 tomates, 1 oignon, 1 gousse d'ail, 100 g de riz, sel.

Faites blanchir le chou entier pendant 8 mn environ dans de l'eau bouillante salée. Eliminez les grosses côtes, étalez les feuilles sur une mousseline puis hachez le coeur du chou. Nettoyez les feuilles de bettes, faites-les blanchir 2 mn à l'eau bouillante salée. Epluchez l'oignon, hachez-le. Faites-le revenir 2 mn avec le beurre dans une poêle. Détaillez la poitrine

fumée en lardons, ajoutez-les à l'oignon et laissez rissoler 3 mn. Mélangez la gousse d'ail hachée à la chair à saucisse. Epluchez les tomates, concassez-les. Faites cuire le riz à l'eau bouillante salée. Répartissez le hachis de chou sur les grandes feuilles de chou, les feuilles de bettes, les lardons et l'oignon, puis les tomates concassées, le riz et la chair à saucisse. Salez et poivrez. Repliez la mousseline et ficelez délicatement le tout. Portez le bouillon de viande à ébullition dans un faitout. Plongez-y le chou farci. Laissez-le cuire 3 h. Egouttez-le, ôtez la mousseline, découpez-le en tranches et servez aussitôt arrosé d'un peu de bouillon de cuisson.

CHOU FARCI

Pour 4 à 6 personnes: 1 beau chou vert ou blanc bien pommé. Farce: 500 g de hachis de porc et de veau mélangé à 1 oignon haché, sel, poivre, quatre-épices, 1 c à soupe de persil haché. Pour la cuisson: 2 grandes bardes de lard, 1 carotte, 1 oignon, 30 g de beurre, 1/2 litre de bouillon.

Nettoyez le chou: enlevez les feuilles extérieures abîmées, raccourcissez le trognon, faites une incision avec un petit couteau pointu dans le trognon pour en retirer le maximum sans détacher les feuilles. Plongez le chou dans une grande casserole remplie d'eau froide. Faites chauffer doucement jusqu'à l'ébullition, retirez le chou. Mettez-le dans une passoire où vous le laisserez s'égoutter et refroidir un peu. Pressez-le légèrement pour éliminer ce qui reste d'eau, puis, avec précaution, rabattez une à une les feuilles vers l'extérieur en allant jusqu'au coeur. Avec un couteau pointu, retirez le coeur du chou (vous pouvez à volonté le hacher menu et l'incorporer à la farce). Remplacez le coeur par une boule de farce. Répartissez ensuite le reste de farce entre les feuilles, en reconstituant le chou au fur et à mesure pour lui redonner sa forme. Le chou étant reconstitué, posez-le au centre de deux ficelles disposées en croix sur lesquelles vous aurez mis une barde de lard. Recouvrez le chou avec cette barde, puis avec la deuxième. Relevez les-ficelles et ficelez le chou comme un ballot. Dans une cocotte à fond épais, que vous beurrerez, faites un lit avec l'oignon et la carotte émincés. Posez le chou par-dessus. Mouillez de bouillon. Portez doucement à ébullition. Laissez cuire à tout petit feu, de 2 h à 2 h 30 en surveillant la fin de la cuisson pour que le chou n'attache pas. Pour servir, vous retirerez bien sûr ficelles et bardes, vous passerez le jus de cuisson, vous le dégraisserez et le laisserez réduire si nécessaire.

CHOU FARCI

Pour 6 personnes. Préparation 20 mn. Cuisson 3 h 1/4. 1 gros chou, 500 g de chair à saucisses, quelques bardes de lard, quelques couennes, 2 carottes, 1 oignon, 1/4 de litre de bouillon, 1 verre de vin blanc, sel, poivre.

Parer le chou en enlevant les feuilles flétries et le trognon ainsi que les plus grosses côtes. Le blanchir 10 minutes à l'eau bouillante salée. Pendant ce temps, couper carottes et oignon en rondelles et foncer une cocotte avec des couennes de lard. Egoutter le chou et le presser délicatement pour en chasser l'eau. Mettre un peu de farce au centre. Ecarter légèrement les feuilles sans démolir le chou et glisser entre elles un peu de farce en répartissant celle-ci de manière à farcir tout le chou. L'envelopper de bardes de lard que l'on maintiendra avec un fil. Poser le chou ainsi garni sur les couennes de lard en compagnie des carottes et oignon. Saler,

poivrer, mouiller avec la moitié du liquide, vin et bouillon mélanges. Couvrir et faire cuire doucement 3 heures en ajoutant, de temps en temps, un peu de liquide, il doit toujours y en avoir dans la cocotte, mais le chou ne doit jamais baigner. Retirer le chou. Le débarrasser de ses bardes de lard et le servir, nappé du fond de cuisson, dégraissé s'il y a lieu. Le couper en quartiers. Si l'on craint que le chou ne se défasse à la cuisson, on pourra l'envelopper dans une mousseline, après l'avoir bardé de lard. Ainsi, il gardera sa forme.

CHOU FARCI A LA QUEUE DE BOEUF

Faire cuire de la queue de boeuf dans un court-bouillon, puis la désosser et effilocher la chair. Faire pocher de la moelle. Blanchir des feuilles de chou. Farcir les feuilles de queue de boeuf et de moelle et former de petits paquets, les mettre dans un plat allant au four avec oignons émincés, thym émietté et bouillon de pot-au-feu à mi-hauteur, saler, poivrer. Faire dorer au four pendant 20 minutes. Servir avec croûtons frits dans du beurre clarifié.

CHOU FARCI A L'ETOUFFEE

Préparez une farce avec 2 c à soupe de farine complète grossièrement moulue, 1 c à soupe de levure de bière, des oignons, de l'échalote (ou de l'ail), 125 g de champignons, 2 ou 3 tomates hachées, sel, noix muscade, thym. Mélangez bien. D'autre part, lavez soigneusement et essuyez les feuilles du chou, puis reconstituez-le dans un plat, en partant coeur et en intercalant de la farce entre les feuille. Liez le chou avec 2 fils en croix et mettez-le à cuire à l'étouffée dans la cocotte sur un bon lit d'oignons, pendant 1 heure.

CHOU FARCI AU LAPIN

Pour 4 personnes: 1 chou frisé (ne garder que le coeur), 2 cuisses de lapin, 30 g de pain dur, 60 g de gorge de porc, 100 g de poitrine demi-sel. Blanchir les feuilles de chou à l'eau bouillante salée, les laver à l'eau froide, puis les blanchir une deuxième fois. Désosser les cuisses de lapin. Faire revenir les os avec 2 oignons hachés, 1 carotte et 1/2 branche de céleri coupées en rondelles. Cuire ' à 5 mn puis ajouter 2 gousses d'ail écrasées, 1 c à soupe de concentré de tomate, 1/4 de bouteille de vin blanc, 1 pincée de sucre, 30 cl d'eau, 3 brins de persil, 1 branche de thym, 1 petite feuille de laurier, 1/2 cube de bouillon de volaille. Cuire 20 mn. Hacher la gorge de porc avec le pain et ajouter 1 gousse d'ail écrasée et 1 oeuf, poivrer, saler légèrement et farcir les deux cuisses. Ficeler et faire dorer les cuisses de lapin. Eponger chaque feuille de chou, emballer chaque paupiette dans 5 feuilles de chou. Couper le lard demi-sel en lardons, les faire revenir et ajouter la sauce. Faire dorer les paupiettes (couleur brun foncé). Les mettre dans la sauce et cuire à four préchauffé à 180°C pendant 1 h 1/2. Enlever les os et le bouquet garni servir avec la sauce.

CHOU FARCI AU MOUTON ET AU RIZ

Hacher du mouton, un peu de graisse. Y mêler du riz bien lavé et du beurre. Sel, poivre, un peu de piment. Bien mélanger. Avoir des feuilles de choux tendres, les faire blanchir à l'eau. Rouler dans chaque feuille un peu du mélange et ranger ces rouleaux dans une casserole autour des os de mouton. Ajouter quatre têtes d'ail. Couvrir à hauteur de sauce tomates. Cuire trois heures à couvert, à feu doux.

CHOU FARCI AUX CHATAIGNES

1 gros chou de Milan, 500 g de châtaignes, huile, bouillon, sel, poivre .

Faire blanchir les feuilles de chou, reformer le chou en intercalant les châtaignes revenues au beurre et écrasées. Envelopper le chou dans une gaze. Ficeler et cuire dans une cocotte avec du beurre et du bouillon à mi-hauteur.

CHOU FARCI AUX LEGUMES

Pour 4 personnes: 1 chou vert de 1 kg environ, 4 ou 5 tomates, 500 g de petits pois, 250 g de chair à saucisse, 125 g de lard de poitrine frais, 2 oignons, 2 gousses d'ail, 4 c à soupe de riz, 50 g de beurre, sel, poivre.

Faites bouillir de l'eau salée dans un auto-cuiseur. Plongez-y le chou. Laissez cuire 5 minutes sans pression. Egouttez et pressez le chou. Gardez les grandes feuilles entières et hachez le coeur. Mettez le riz à cuire dans beaucoup d'eau 3 minutes seulement. Egouttez. Farce: Faites dorer les oignons hachés à la poêle avec 40 g de beurre. Puis ajoutez chair à saucisse, lard coupé en dés, chair des tomates en petits morceaux, petits pois, coeur de chou haché, sel, poivre. Disposez en croix, dans un grand saladier 2 feuilles d'aluminium de 60 x 30 cm. Rangez tout contre, les grandes feuilles de chou, sauf deux. Mettez la farce dedans. Rabattez le chou par-dessus. Couvrez avec les deux feuilles mises de côté. Mettez 2 ou 3 noisettes de beurre. Refermez hermétiquement l'aluminium sur le chou en tournant ensemble les 4 extrémités. Déposez dans le panier. Introduisez celui-ci dans l'autocuiseur contenant déjà un verre d'eau. Fermez. Laissez cuire 45 minutes à partir de la mise en rotation de la soupape.

CHOU FARCI AUX LENTILLES

Faire cuire les lentilles avec des couennes de porc. Faire blanchir les feuilles de chou et les farcir avec les lentilles. Servir accompagné d'un jus de porc.

CHOU FARCI AUX MARRONS

Pour 6 personnes: 1 beau chou vert, 200 g de lard fumé, une boîte de marrons au naturel, 6 crépinettes, sel, poivre, une crépine ou 1 grande barde de lard. Pour la cuisson: 50 g de beurre, 1/2 litre de bouillon (eau et cube).

Nettoyez le chou, coupez le trognon, retirez les feuilles flétries. Faites-le blanchir 5 mn à l'eau bouillante. Retirez-le et laissez-le s'égoutter dans une passoire. Pendant ce temps coupez le lard en lardons et faites-les rissoler sans matière grasse dans une poêle à revêtement anti-adhésif. Egouttez les marrons. Retirez le coeur du chou hachez les feuilles du coeur et mélangez-les aux lardons et aux marrons; assaisonnez placez ce mélange à la place du coeur et glissez également les crépinettes entre les feuilles du chou. Reconstituez-le entourez-le d'une crépine ou d'une barde de lard et placez-le dans une cocotte enduite de beurre. Assaisonnez mouillez de bouillon couvrez et laissez cuire à petit feu 1 h 30.

CHOU VERT

Pour 6 personnes: 750 g de pommes de terre, 400 g de chou vert portugais ou chou frisé, 1 gros oignon, 2 gousses d ail, 1 petit « courçon ,. (saucisson fumé portugais), 6 c à soupe d'huile d olive, des olives noires, sel, poivre, 2,5 l d'eau. Préparation: 15 mn. Cuisson: 30 mn.

Eplucher les pommes de terre, les laver et les découper en rondelles. Eplucher les gousses d'ail, éplucher, émincer l'oignon. Faire chauffer l'eau dans une grande casserole avec une poignée de gros sel, l'ail, l'oignon et le courçon. A ébullition, ajouter les pommes de terre et les laisser cuire jusqu'à ce qu'elles se défassent. Retirer le courçon, réduire le contenu de la casserole en purée, remettre à feu doux. Pendant la cuisson des pommes de terre, effeuiller le chou, retirer les côtes des feuilles, les détailler en fines lanières, les rincer sous l'eau chaude jusqu'à ce qu'elles perdent leur couleur verte. Ajouter le chou la purée porter à ébullition. Ajouter la moitié de l'huile d'olive et laisser cuire 5 minutes. Au moment de servir, rectifier l'assaisonnement en sel et en poivre, ajouter l'huile d'olive restante. Présenter avec le courçon coupé en rondelles à part, les olives noires, et du pain au maïs portugais coupé en bâtonnets.

CHOU VERT A LA CREME

Faites blanchir dans une grande quantité d'eau bouillante salée un gros chou vert à feuilles frisées coupé en quatre. Au bout de 10 mn, égouttez-le et faites-le revenir dans une cocotte avec 2 cuillerées à soupe de beurre, remuez. Quand il commence à fondre, salez légèrement, couvrez et laissez mijoter 1 h. Ouvrez de nouveau et laisser réduire le jus de cuisson. Quand le chou est presque sec, arrosez-le d'un petit pot de crème fraîche, rectifiez l'assaisonnement, mélangez.

CHOU VERT A LA TOMATE

Pour 4 personnes: 1 chou de Milan, 2 oignons, 1 boîte 4/4 de tomates pelées, 1 gousse d'ail, 2 dl d'eau sel, poivre, 1 bouquet garni.

Nettoyez et lavez le chou. Emincez-le. Pelez et hachez les oignons, mettez-les dans une cocotte avec le contenu de la boîte`de tomates et l'ail pilé, ajoutez l'eau portez à ébullition, puis ajoutez le chou émincé, l'assaisonnement et le bouquet garni. Laissez mijoter 45 mn, Servez avec une viande grillée.

CHOU VERT AUX SAUCISSES

Piquez 4 saucisses de porc fraîches avec la pointe d'un couteau et faites-les sauter à la poêle dans 1 cuillerée à soupe d'huile. Quand elles sont bien dorées, ajoutez un petit chou vert rapé ou finement émincé, 1/2 oignon haché, sel, poivre et muscade. Continuez plus doucement mais seulement pendant 10 à 15 mn. Pour servir, ajoutez au chou 1 cuillerée à café de moutarde blanche forte et si vous l'aimez, 1 cuillerée à café de cumin. Accompagnez ce plat d'une purée de pommes de terre.

EMBEURREE DE CHOU

Pour 6 personnes. Préparation 20 mn. Cuisson: 20 mn. 1 chou vert, 1 carotte, 1 oignon, 100 g de beurre salé, sel, poivre.

Enlevez les feuilles flétries du chou. Coupez-le en. 4 Mettez de l'eau à bouillir dans une marmite et quand elle bout, faites-y blanchir le chou pendant 10 mn. Egouttez, rafraîchissez. Laissez égoutter. Epluchez la carotte et l'oignon, émincez-les très finement. Dans une sauteuse, faites fondre le beurre, et faites y revenir doucement l'émincé de carotte et d'oignon. Retirez le trognon et les bas de côtes du chou et découpez le en lanières. Ajoutez dans la sauteuse. Poivrez. Mélangez bien. Laissez cuire 10 mn à feu doux. Servez. Ce vieux plat vendéen retrouve les faveurs de la cuisine actuelle. Il accompagne à merveille porc, saucisses, pintades, lapin.

FEUILLES DE CHOU FARCIES

1 chou pommé, 250 g de porc maigre (reste de rôti par exemple), 250 g de chair à saucisse, 2 oignons, une tasse de mie de pain trempée dans du bouillon et pressée, sel, poivre, poivre de Cayenne, 1 c à soupe de persil haché, thym. Quelques couennes de lard, 2 carottes, 1/2 l de bouillon (eau et cubes).

Retirez les douze plus belles feuilles du chou, lavez-les et faites-les blanchir pendant 4 mn à l'eau bouillante. Egouttez-les, aplatissez-les et superposez-les deux par d'eux après avoir retiré les plus grosses côtes. D'autre part, mélangez les viandes, les oignons hachés, le pain, l'assaisonnement et les herbes. Pétrissez bien, pour obtenir une farce homogène. Formez des boulettes d'égale grosseur et déposez-les sur les feuilles, roulez et ficelez. Tapissez une cocotte à fond épais de couennes de lard, ajoutez les carottes en rondelles et déposez les roulades par-dessus. Mouillez de bouillon et laissez mijoter à couvert pendant 1 h environ. Au moment de servir, rectifiez l'assaisonnement, retirez les roulades, ôtez les ficelles et faites réduire un peu la sauce au besoin.

FEUILLES DE CHOU FARCIES AU POISSON

Pour 4 personnes. Préparation: 15 mn. Cuisson: 40 mn. 4 feuilles de chou, 4 morceau de poisson (cabillaud, lieu, lotte...), 50 g de beurre, 2 échalotes, 1 gros oignon, 2 verres de vin blanc sec, sel, poivre, 100 g de crème fraîche.

Prélevez 4 belles feuilles de chou. Enlevez la base de la côte si elle est trop grosse. Faites bouillir une casserole d'eau et faites-y blanchir, à peine 2 mn, les feuilles de chou. Retirez-les emballez dans chaque feuille un morceau de poisson salé et poivré. Epluchez l'oignon et les échalotes, hachez-les et mettez-les à fondre avec le beurre dans une sauteuse. Laissez suer doucement sans colorer. Ajoutez les 4 feuilles farcies et mouillez avec le vin blanc, Cuisez à couvert à très petit feu 30 mn. Liez la cuisson avec la crème et servez aussitôt.

GATEAU DE CHOU JURASSIEN

Pour 4 à 6 personnes: 1 chou vert, 2 saucisses de Morteau, 2 belle carottes, 25 cl de crème fraîche, 1 botte de ciboulette.

Mitonner les saucisses sans les piquer dans de l'eau frémissant pendant 20 à 25 mn. Préchauffez le four th 6. Otez les feuilles de chou une à une, puis enlevez les côtes. Blanchissez les feuilles 10 mn à l'eau bouillante et rafraîchissez-les. Détaillez les carottes en lamelles que vous blanchirez également 10 mn. Dans un moule à charlotte, tapissez le fond avec de belles rondelles de saucisse, disposez par-dessus une couche de feuilles de chou, puis une couche de carottes. Répétez l'opération autant de fois que possible. Arrosez d'un peu de crème, couvrez d'un papier aluminium et placez au four au bain-marie pendant 45 mn. Contrôlez la cuisson à l'aide d'un couteau. Quand votre gâteau est près, démoulez-le sur un plat et arrosez-le du restant de crème que vous aurez assaisonné, porté à ébullition et agrémenté de ciboulette ciselée.

GRATIN DE CHOU

Pour 6 personnes: 1 chou blanc ou 1 chou vert, 180 g de fromage blanc, 75 g de gouda râpé, 1 oeuf, sel, poivre, une pincée de Cayenne. Beurre pour le plat.

Nettoyez le chou en retirant le trognon et les grosses côtes. Faites-le blanchir pendant 15 mn à l'eau bouillante salée, égouttez et hachez-le grossièrement. Mélangez le fromage blanc, le gouda rapé, l'oeuf battu, le sel, le poire et le poivre de Cayenne, Dans un plat beurré allant au four et à table, mettez le chou et le fromage en couches alternées, en terminant par du fromage, Faites cuire 30 mn à four moyen, Servez avec des saucisses grillées. Vous pouvez ajouter aux feuilles de chou hachées des oignons fondus au beurre.

GRATIN DE MORUE AU CHOU

Pour 4 personnes. Préparation, cuisson: 45 minutes. La veille, mettre la morue à dessaler. 500 g de morue salée, 1 chou vert, 1 oignon, 250 g de crème fraîche, 1/4 (25 cl) de lait, 60 g de fromage rapé, 20 g de Maïzena (2 cuillerées à soupe rases), 80 g de beurre, noix de muscade, citron, chapelure, sel, poivre.

La veille, faites dessaler la morue dans de l'eau froide souvent renouvelée (3 ou 34 fois). Le lendemain, retirez les arêtes et la peau de la morue. Lavez les feuilles de chou et enlevez les côtes. Epluchez l'oignon et émincez-le finement. Faites cuire les feuilles de chou 15 mn à l'eau bouillante salée. Egouttez-les. Coupez-les grossièrement et passez-les 5 mn à la poêle avec une noix de beurre en remuant sans arrêt. Mettez de côté. Faites cuire l'oignon émincé de la même façon avec 15 g de beurre; il doit devenir transparent. Mettez également de côté. Ajoutez le reste du beurre dans la poêle. Faites-le chauffer et effeuillez-y la morue. Faites-la cuire 2 mn à feu vif, avec une cuillerée à soupe d'eau froide et du poivre, tout en remuant. Beurrez l'intérieur d'un moule à manqué de 18 cm de diamètre. Mettez-y successivement la moitié du chou, l'oignon, la morue puis le reste du chou et faites cuire 25 à 30 mn au four, th 7 (210°). Pendant ce temps, délayez la Maïzena dans un peu de lait froid. Dans une casserole, mettez la crème, le reste du lait, de la muscade, du sel, du poivre, la Maïzena et quelques gouttes de citron et faites chauffer jusqu'à l'ébullition en remuant. Démoulez le gâteau de morue au chou dans un plat creux allant au four. Parsemez-le de fromage rapé, nappez-le de crème liée et saupoudrez-le chapelure. Passez le gâteau 4 mn sous le grill du four; le dessus doit être bien doré.

KOULIBIAC DE CHOU

Pour la pâte: 400 g de farine 4 cuillerées à soupe de saindoux, 200 g de beurre en morceaux + 20 g pour la poêle et la plaque du four. Pour la garniture: 1 gros chou frisé, 2 oignons, 10 g de beurre, un bouquet de persil, 4 oeufs durs, 1 oeuf cru, 3 cuillerées à soupe de crème fraîche, 4 cuillerées à soupe de fenouil frais ciselé, 1 cuillère à café de sucre, sel, poivre.

Mélangez la farine avec le beurre en morceaux et le saindoux très froid. Travaillez du bout des doigts pour obtenir de gros grumeaux, ajoutez 8 cuillerées à soupe d'eau glacée. Rassemblez la boule, coupez-la en deux parties. Farinez-les, enveloppez-les de papier sulfurisé. Mettez 3 heures au réfrigérateur. Supprimez les grosses feuilles extérieures et le trognon. Emincez le chou et faites-le blanchir 5 mn à l'eau bouillante salée. Egouttez et réservez. Dans une poêle, faites revenir 4 à 5 mn les oignons émincés dans 10 g de beurre chaud. Ajoutez le chou, salez et poivrez, puis laissez cuire à couvert 40 mn sur feu doux. Abaissez une des boules de pâte en un rectangle de 35 x 15 cm et 2 mm d'épaisseur. Posez-le sur une plaque de four beurrée. Egouttez le chou. Ajoutez-lui 4 oeufs durs et le persil finement hachés, le fenouil ciselé et une cuillère à café de sucre. Disposez le mélange sur la pâte en laissant libre le pourtour sur 2,5 cm. Abaissez l'autre boule de pâte en un rectangle un peu plus grand. Badigeonnez le pourtour de la première abaisse avec un mélange de jaune d'oeuf cru et de crème fraîche. Recouvrez de la seconde abaisse et soudez les bords Pratiquez une cheminée au centre. Faites cuire 45 mn, th 6 (180°C). Servez chaud.

LA MAOUCHE

Couper un chou en julienne, ajouter de l'ail écrasé, de la saucisse de Toulouse écrasée, des lardons de larde frais, 1 gros oignon émincé et quelques pruneaux, sel, poivre. Bien mélanger le tout. Farcir un estomac de porc avec cette farce. Le coudre, l'emballer dans un torchon, le nouer et faire cuire 4 heures à l'eau bouillante salée. Sortir et égoutter sur une grille. Le mettre dans un plat beurré et passer 20 mn à four chaud pour que la peau devienne croustillante.

MONTBELIARDS AU CHOU

Pour 4 personnes. Préparation: 15 mn. Cuisson: 40 mn. 1 chou vert, 1/4 litre de vin blanc sec, 50 g de beurre, 3 échalotes, 4 ou 5 carottes, 4 saucisses de Montbéliard, sel, poivre.

Mettez à bouillir une grande marmite d'eau. Epluchez le chou, retirez le trognon, lavez-le. Jetez-le dans l'eau bouillante et faites-le blanchir 10 mn. Egouttez-le, passez-le sous l'eau froide. Egouttez à nouveau. Epluchez les carottes, découpez-les en petits morceaux. Epluchez les échalotes, hachez-les. Dans une cocotte, faites fondre le beurre et faites-y revenir les carottes et l'échalote. Ajoutez le chou, mouillez avec le vin blanc, salez et poivrez. Entourez le chou avec les saucisses. Laissez cuire à feu doux 40 mn.

MOUTON AUX CHOUX

Tailler des morceaux de poitrine de mouton les faire blanchir. Tailler des petites têtes de choux, les faire blanchir. Mettre dans une cocotte allant au four, le chou et la viande, sel, poivre; couvrir d'eau et cuire lentement au four. Lier avec beurre et farine et servir dans le récipient de cuisson poudre de persil haché.

PAUPIETTES DE CHOU AUX PETITS LEGUMES

Pour 6 personnes: 1 petit chou vert, 1 brin de persil, 1 tablette de bouillon de volaille, 1 c à soupe de chapelure, 40 g d'emmental râpé, 40 g de beurre. Pour la farce: 100 g de riz, 4 belles tomates, 200 g de champignons de Paris, 1 gros poireau, 1 citron jaune, 6 brins de persil, 1 oeuf, 40 g d'emmental râpé, 1 c à soupe de crème fraîche, 1 morceau de 3 cm de racine de gingembre, sel, poivre. Pour la sauce: 1 bocal de coulis de tomate de 350 g, 150 g de crème fraîche, sel, poivre.

Faites cuire le riz 20 mn dans 25 cl d'eau bouillante salée. Egouttez-le. Nettoyez le chou. Plongez le 10 mn dans l'eau bouillante salée. Retirez-le et égouttez-le. Préparez la farce: ébouillantez, pelez et épépinez les tomates. Coupez-les en dés. Nettoyez les champignons. Rincez-les. Egouttez-les. Hachez-les grossièrement. Citronnez-les. Nettoyez et émincez les poireaux. Ciselez le persil. Versez le riz et les légumes dans une jatte. Ajoutez 1 c à soupe de crème fraîche, le fromage râpé et l'oeuf. Râpez la valeur e 1/2 c à café de gingembre. Assaisonnez-en la farce. Salez-la et poivrez-la. Choisissez 10 belles feuilles de chou. Répartissez sur chacune une cuillère à soupe de farce. Roulez- les sur elles-mêmes et repliez-

les aux extrémités comme des petits paquets. Préchauffez le four sur th 7 (210 °C). Disposez une couche de feuilles de chou au fond d'une cocotte beurrée. Placez les paupiettes pliures en dessous. Délayez la tablette de bouillon dans 50 cl d'eau chaude. Arrosez-en les paupiettes. Au besoin complétez avec de l'eau chaude pour que le liquide arrive à mi-hauteur de la cocotte. Parsemez du beurre coupé en petits morceaux. Recouvrez des feuilles de chou restantes. Couvrez. Enfournez pendant 1 heure. A la fin de la cuisson découvrez la cocotte. Retirez les feuilles de chou qui recouvrent les paupiettes. Parsemez des 40 g de fromage râpé mélangé à la chapelure. Glissez à nouveau au four et laissez gratiner 15 mn. Dans une casserole, chauffez le coulis de tomate et la crème fraîche. Salez et poivrez. Laissez bouillir 2 mn, pour que la sauce soit crémeuse. Rangez les paupiettes gratinées dans un plat. Nappez de sauce. Décorez de persil et servez.

POMMES DE TERRE AUX CHOUX

2 kg de pommes de terre, 8 c à soupe d'huile, 1 chou frisé, 2 oignons, 2 carottes, 1/4 de litre de bouillon (eau et cube), sel, poivre, thym, laurier, persil.

Faites cuire les pommes de terre à l'eau salée (15 mn) puis pelez-les. Faites-les dorer dans 4 c à soupe d'huile + ou - 20 mn. D'autre part, nettoyez le chou, coupez-le en fines lanières. Pelez et émincez oignons et carottes, faites fondre le tout, doucement, dans le reste de l'huile. Mouillez de bouillon, assaisonnez, joignez le bouquet garni et faites cuire à couvert pendant 30 mn environ. Egouttez le chou, dressez-le sur le plat de service, entourez des pommes de terre rissolées.

POTAGE AUX CHOUX

Un demi-chou blanc, 50 g de saindoux, 3 gros oignons, 100 g

de lard, sel et poivre.

Coupez le chou en fines lanières, lavez-le soigneusement et faites-le blanchir quelques minutes dans de l'eau bouillante salée. Egouttez-le. Pendant ce temps hachez les oignons et faites-les dorer dans une casserole contenant le saindoux. Placez-y le chou et faites étuver avec un peu d'eau une demi-heure. Ajoutez 2 litres d'eau chaude puis le lard et assaisonnez. Laissez cuire à petit feu pendant deux heures. Retirez les tranches de lard coupez-les en dés, mettez-les dans la soupière et versez le potage par-dessus.

POTAGE AUX CHOUX

Pour 6 personnes: 750 g de pommes de terre, 250 g de chou portugais, 1 oignon, 5 c à soupe d'huile d'olive.

Cuire les pommes de terre, les réduire en purée. Dans une casserole, verser la purée de pommes de terra, le chou coupé en fines lamelles, l'oignon entier et l'huile d'olive. Mouiller

d'eau. Faire bouillir jusqu'à la cuisson idéale. Retirer l'oignon. On sert ce potage avec une petite rondelle de chorizo.

POTEE ALSACIENNE

500 g de jambonneau fumé, 200 g de lard de palette fumée, 1 saucisson à l'ail, 1 chou, 250 g de carottes, 250 g de navets, 250 g de poireaux, 2 gousses d'ail, bouquet garni, poivre, 800 g de pommes de terre.

Epluchez et lavez le chou. Coupez-le en quatre. Mettez-le à cuire dans de l'eau en train de bouillir. Egouttez-le, il sera ainsi beaucoup plus digeste. Emplissez d'eau à demi la un autocuiseur. Portez-la à ébullition. Jetez-y le jambonneau et la palette. Ajoutez-y tous les légumes, y compris le chou. Poivrez, salez peu. Fermez la cocotte. Laissez cuire 40 minutes à partir de la mise en rotation de la soupape. Ouvrez la cocotte. Ajoutez-y les pommes de terre épluchées et le saucisson. Refermez et laissez cuire encore 10 minutes.

POTEE ARDENNAISE SAUC

Pour 4 personnes: 100 g de lard, 1 oignon, 1 c à soupe de saindoux, 3 poireaux, 1/2 chou vert, 500 g de pommes de terre farineuses, 3/4 litre de bouillon environ, sel, poivre, 4 saucisses de campagne.

Coupez le lard en petits dés, émincez l'oignon. Faites-les légèrement rissoler dans le saindoux. Ajoutez les poireaux coupés en petits morceaux et le demi-chou vert coupé en grosse julienne. Salez et poivrez sans excès, couvrez de bouillon (eau et cubes) à hauteur et laissez cuire à couvert pendant 1 h. Après 30 mn de cuisson, joignez les pommes de terre coupées en quartiers. D'autre part; piquez les saucisses à la fourchette et faites-les cuire au beurre (ou au saindoux) dans une poêle sur feu assez doux. Lorsqu'elles sont dorées, retirez-les déglacez la poêle avec un peu d'eau et mettez le tout sur les légumes pour servir. Vous éliminerez l'odeur forte du chou en le faisant blanchir au préalable à l'eau bouillante pendant quelques minutes. De même vous ôterez l'excès de sel du lard en blanchissant les lardons de la même façon. Séchez-les bien avant de les faire rissoler.

POTEE AU CHOU

1 chou vert, 500 g de lard (ou plus), quelques os de porc, 3 ou 4 carottes, 1 pied de céleri, poivre et sel, 3/4 de kg de pommes de terre (qui ne se défont pas à la cuisson).

Nettoyez et découpez le chou en grosses lanières que vous débarrasserez du trognon et des grosses côtes. Dans la casserole, mettez les os de porc et le lard. Versez de l'eau froide (1 à 1 1/2 litre). Ajoutez les carottes épluchées et coupées en rondelles ainsi que le pied de céleri détaillé en morceaux. Salez et poivrez. Amenez à ébullition, posez le couvercle et laissez cuire doucement pendant une heure. Ajoutez ensuite le chou bien égoutté et les pommes de terre coupées en quartiers. Amenez à nouveau à ébullition, posez le couvercle et laissez à

nouveau cuire (assez vivement) pendant une bonne demi-heure. Pour servir, rangez le lard au milieu et garnissez tout autour avec les légumes et les pommes de terre. A part, vous servez le liquide de cuisson que vous aurez éventuellement lié avec un peu de farine.

POTEE AU POISSON

Pour 8 personnes: 1,5 kg de congre coupé en grosses tranches, 2 petits filets de haddock, 1 poireau, 1 petit oignon, 2 gousses d'ail, 3 bulbes de fenouil, 1/2 chou vert frisé, 1/2 botte de céleri-branche, 3 branches de persil, 3 branches de coriandre, 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive, 20 cl de vin blanc sec, 1 pincée de safran, 1 branche de thym, 1 feuille de laurier, gros sel, sel et poivre.

Préparez un bouquet garni avec le persil, les queues de coriandre (gardez les pluches pour le décor), le thym et le laurier. Maintenez le tout avec de la ficelle. Coupez le poireau en quatre, émincez-le. Coupez les bulbes de fenouil en deux. Otez feuilles dures du chou, coupez-le en quartiers. Nettoyez et effilez-le céleri-branche, coupez-le en tronçons. Epluchez l'oignon et hachez-le. Plongez le chou 5 mn dans une casserole d'eau bouillante salée, puis égouttez-le avant de le rafraîchir à l'eau froide, Faites blanchir de même le fenouil. Faites chauffer l'huile d'olive dans un grand faitout. Ajoutez l'oignon haché, le poireau, les gousses d'ail. Laissez blondir 3 à 4 mn en remuant. Ajoutez les tronçons de céleri, les quartiers de chou et les tranches de congre. Mouillez avec le vin blanc et 10 cl d'eau. Salez, poivrez, ajoutez le safran et le bouquet garni. Mélangez, puis recouvrez d'eau à hauteur. Laissez cuire 30 mn à petite ébullition. Ajoutez ensuite les filets de haddock et le fenouil. Poursuivez la cuisson 10 mn. Rectifiez l'assaisonnement. Servez la potée bien chaude avec le bouillon parfumé de pluches de coriandre.

POTEE COMTOISE

Pour 6 personnes: 2 Saucisses de Morteau (300 g environ chacune), 300 g de lard salé, 300 g de poitrine fumée, 1 palette fumée de 1 kg environ (à dessaler si nécessaire), 2 choux, 200 g de carottes, 100 g de navets, 1 choux-rave coupé en deux, 3 poireaux (ficelés), quelques pommes de terre, 1 gousse d'ail, 1 oignon clouté, thym, laurier, sel et poivre.

Mettre dans une casserole haute, environ 4 litres d'eau, y plonger le lard salé, la poitrine fumée, la palette fumée, ajouter les assaisonnements (thym, laurier, ail, oignon, poivre), laisser mijoter pendant 3/4 heure. Ajouter les légumes, les Saucisses de Morteau. Laissez-cuire 35 à 40 minutes. Egoutter les légumes, les mettre au centre d'un plat creux, couper les viandes et les disposer tout autour. Servir très chaud.

POTEE JURASSIENNE

Pour 6 personnes: 2 saucisses de Morteau à cuire, 200 g de poitrine fumée, 3 oignons, 3 clous de girofle, 1 gousse d'ail, sel, poivre, thym, laurier, 2 verres de vin blanc sec, 1,600 kg de pommes de terre.

Mettez dans une grande marmite les saucisses piquées à la fourchette pour qu'elles n'éclatent pas, la poitrine fumée, les oignons piqués de clous de girofle, l'ail, l'assaisonnement et le bouquet garni. Couvrez largement d'eau et de vin blanc et laissez cuire pendant 45 mn. Ajoutez alors les pommes de terre pelées mais entières, et poursuivez la cuisson jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Servez le bouillon d'abord, sur des tranches minces de pain de campagne rassis, puis les viandes avec les pommes de terre. Accompagnez de moutarde et de cornichons.

POTEE JURASSIENNE

Pour 4 à 6 personnes: 2 saucisses de Morteau, 200 g de poitrine fumée, 1 petit salé, 1 céleri boule, 4 carottes, 4 navets, 8 petits poireaux, 8 pommes de terre moyennes, 1 bouquet garni, 2 choux frisés, 1 oignon clouté de clous de girofle, croûtons, crème fraîche.

Cuire toutes les viandes sauf la saucisse dans une grande casserole d'eau froide, et l'on comptera 1 h à partir de l'ébullition. Vous n'ajoutez les saucisses qu'au bout d'une demi-heure de cuisson. A partir de ce moment, ajoutez tous les légumes. Vérifiez l'assaisonnement et rectifiez-le si nécessaire. Surveillez la cuisson de tous les ingrédients avec soin et ôtez-les du bouillon au fur et à mesure. Conservez-les au four tiède en attendant de servir. Dressez les légumes et viandes coupées sur un plat, le bouillon dans une soupière et servez le tout dans des assiettes creuses. Vous pouvez accompagner ce plat de croûtons de baguette, de crème fraîche et de persil frais haché.

POTEE LANDAISE

Pour 4 personnes: les côtes d'un cochon de lait, 1 chou vert, du lard frais.

Faire blanchir le chou coupé en 4. Faire revenir les côtes salées et poivrée à la poêle. Couper les lardons et les faire rissoler. Egoutter le chou et le mettre avec les lardons, bien mélanger et cuire 1/4 h. Verser 1/3 du chou dans une cocotte, mettre la moitié de côtes, verser du bouillon , remettre 1/3 de chou, le reste des côtes et couvrir avec le reste de chou. Couvrir avec du bouillon. Couvrir et cuire 2 h.

POTEE LANDAISE

Pour 4 à 6 personnes: 1 queue de boeuf, 500 g de plates-côtes, 1 oignon piqué de 1 clou de girofle, bouquet garni (thym, laurier, persil), une pincée de quatre-épices, 3 navets, 3 carottes, 2 oignons, 1 petit chou, 2 os à moelle. Croûtons frits au beurre à volonté.

Coupez la queue de boeuf en morceaux à chaque jointure. Mettez-les dans une grande marmite avec les plates-côtes. Couvrez largement d'eau, portez à ébullition, écumez. Ajoutez alors l'oignon piqué du clou de girofle, le bouquet garni, les épices, puis les légumes: navets épluches et coupés en deux s'ils sont gros, carottes pelées et coupées en morceaux, oignons pelés et coupés en deux, chou nettoyé, coupé en quatre et blanchi au préalable 5 mn à l'eau

bouillante. Laissez mijoter 2 h. Trente minutes avant la fin de la cuisson, ajoutez les os à moelle. Pour servir: retirez viandes et légumes, gardez-les au chaud. Servez d'abord le bouillon dégraissé et filtré, avec des croûtons frits à volonté, tartinés de moelle.

POTEE LIMOUSINE

500 g de petit salé, 200 g de lard de poitrine fumé, 4 chipolatas, 1 chou, 250 g de carottes, 250 g de navets, 250 g de poireaux, 2 gousses d'ail, bouquet garni, poivre, 800 g de pommes de terre.

Epluchez et lavez le chou. Coupez-le en quatre. Mettez-le à cuire dans de l'eau en train de bouillir. Egouttez-le, il sera ainsi beaucoup plus digeste. Emplissez d'eau à demi la un autocuiseur. Portez-la à ébullition. Jetez-y le petit salé et le lard. Ecumez au bout de quelques minutes. Ajoutez-y tous les légumes, y compris le chou. Poivrez mais ne salez pas à cause du petit salé. Fermez la cocotte. Laissez cuire 40 minutes à partir de la mise en rotation de la soupape. Ouvrez la cocotte. Ajoutez-y les pommes de terre épluchées. Refermez et laissez cuire encore 10 minutes. Faites rissoler les chipolatas à la poêle quelques minutes avant de servir la potée.

POTEE LORRAINE

Pour 8 personnes: 600 g d'échine de porc, 700 g de lard fumé maigre, 8 saucisses fumées, un beau chou frisé, 8 navets, 8 carottes, 8 pommes de terre régulières, une demi-botte de haricots verts, une demi-boîte de petits pois, 150 g de saindoux, poivre, muscade. Cuisson: 3 heures 1/2 (en auto-cuiseur: 1 heure 1/4).

Dans de l'eau bouillante salée, faire revenir à feu vif et séparément le chou coupé en quatre, les navets, les carottes. Après 10 minutes d'ébullition, égoutter ces légumes. Faire chauffer le saindoux dans une cocotte en fonte et y faire bien dorer les viandes. Retirer l'excès de matières grasses, recouvrir les viandes d'eau chaude et faire bouillir. Cuire à feu doux pendant une heure environ, écumer, ajouter les légumes blanchis, poivrer et mettre une pointe de muscade. Ajouter juste assez d'eau chaude pour couvrir viande et légumes, Couvrir et faire mijoter une heure et demie. Une demi-heure avant de servir, mettre les pommes de terre, les petites saucisses puis, 5 minutes avant que la cuisson soit terminée, les petits pois et les haricots verts (ces derniers ébouillantés). Découper les viandes et les servir entourées des légumes bien arrosés du jus de cuisson. Lors de l'utilisation, en autocuiseur: faire revenir les viandes dans l'autocuiseur. Mouiller, ajouter les légumes. Cuire 40 minutes. Laisser décompresser, ajouter les saucisses et les pommes de terre. Recuire 20 minutes environ. Décompresser, ouvrir et ajouter petits pois et haricots verts. Laisser juste chauffer. Avec un autocuiseur, il faut toujours diminuer les quantités de liquide (puisqu'il n'y a pas d'évaporation).

POTEE LORRAINE

Pour 4 personnes. Préparation: 30 mn. Cuisson: 1 h 50. Attente: 12 h. 1 jarret de porc demi-sel, 2 saucisses de Morteau, 100 g de lardons, 250 g de haricots blancs, 4 carottes, 4 navets, 4 petits poireaux, 6 pommes de terre, 1 petit chou frisé, 1 oignon piqué d'un clou de girofle, 1 bouquet garni, 2 cuillerées à soupe d'huile, sel, poivre.

Trempez Les haricots dans l'eau froide (12 h). Mettez-les avec le jarret dans un faitout avec l'oignon et le bouquet garni. Couvrez d'eau, portez à ébullition, puis écumez. Laissez cuire à l'eau frémissante 1 h 50. Pelez les carottes et les navets. Nettoyez les poireaux, liez-les. Ajoutez ces légumes, les saucisses et les lardons au bout d'1 h de cuisson. Blanchissez les feuilles de chou 2 mn dans de l'eau bouillante salée. Epluchez les pommes de terre. Faites-les cuire 20 mn. Servez Ia potée chaude avec les pommes de terre et arrosez de bouillon. Il n'est pas nécessaire de dessaler les viandes demi-sel, généralement un rinçage suffit. Cependant prenez l'avis de votre charcutier.

POTEE MILANAISE

Pour 4 à 6 personnes: 800 g de spare ribs (haut de côtes de porc), 1 pied de porc, 500 g de saucisses, 100 g de couennes fraîches, 60 g de jambon cru (gras et maigre), 1 oignon, 1 gousse d'ail, quelques feuilles de persil, 1 chou vert milanais (ou 2 petits), 4 carottes, huile, sel, poivre.

Fendez en deux le pied de porc dans le sens de la longueur, lavez-le et mettez-le dans une casserole avec les couennes fraîches bien nettoyées. Couvrez d'eau froide, amenez à ébullition et faites cuire à feu doux pendant 1 h (20 mn en autocuiseur). Otez alors les couennes, laissez cuire encore le pied pendant 30 mn (10 mn en autocuiseur). Egouttez-le également. Coupez les couennes et le pied en morceaux; réservez 3 dl environ du liquide de cuisson dégraissé. Coupez les côtes en morceaux, piquez les saucisses à la fourchette, effeuillez et lavez le chou, grattez et lavez les carottes. Hachez finement le jambon, l'oignon, l'ail et le persil, faites fondre le tout dans 1 c à soupe d'huile. Joignez les couennes, les côtes, le pied et les carottes en rondelles. Assaisonnez, mouillez du liquide réservé, laissez cuire 1 h. Après 30 mn de cuisson, joignez les saucisses et les feuilles de chou. En fin de cuisson, le liquide doit avoir fortement réduit. Disposez le tout sur le plat de service, arrosez du reste de jus de cuisson et servez très chaud.

POTEE PERIGOURDINE

Préparation et cuisson: 2 h 30. Pour 8 à 10 personnes: 2 jambonneaux demi-sel, 1 kg de lard maigre demi-sel, et si possible: 2 carcasses d'oie ou un morceau de confit, 1 chou, 1 dizaine de pommes de terre, 6 carottes, 3 navets, 6 poireaux, 1 oignon piqué de 2 clous de girofle, 1 branche de céleri. Pour l'accompagnement: 400 g de pain de campagne rassis, environ 200 g de farine (maïs ou blé) 60 g de lard frais (en dés, 6 oeufs, 1 c à soupe de graisse d'oie.

Mettez jambonneaux et lard maigre dans l'eau froide (sans sel) et portez doucement à ébullition en écumant de temps en temps. Epluchez les légumes. Quand le bouillon bout,

ajoutez carottes, navets, poireaux, oignon et céleri et laissez cuire à tout petits bouillons. Au bout de 45 mn, ajoutez (éventuellement) les carcasses d'oie ainsi que les poireaux et le chou (que vous pourrez faire préalablement blanchir 10 mn à l'eau bouillante salée). Goûtez l'assaisonnement. 30 mn après, ajouter les pommes de terre, puis préparez l' accompagnement. Pour cela, mélangez le pain, les oeufs entiers et la graisse d'oie, (il faut que le pain soit imbibé sans être écrasé), les lardons crus, le sel, le poivre. Ajoutez la farine petit à petit. Façonnez une boule à la main. Plongez la boule dans le pot au feu et, éventuellement, le morceau de confit d'oie. Laissez frissonner 30 mn. A partir de l'ébullition, il faut au moins 2 h 15 de cuisson totale.

QUICHE AU CHOU

Pour 4 personnes. Préparation: 30 mn. Cuisson: 45 mn.

500 g de chou, 250 g de pâte brisée, 100 g de jambon braisé en tranches épaisses, 100 g de fromage de Comté, 3 oeufs, 100 g de crème fraîche, sel, poivre, noix de muscade.

Retirez les plus grosses feuilles du chou. Coupez-le en 4, retirez le trognon, puis mettez-le à cuire 20 mn. Pendant ce temps, étalez la pâte brisée et garnissez en un moule à tarte beurré. Le chou cuit, égouttez-le, rafraîchissez-le sous l'eau froide, puis hachez-le. Coupez le jambon en morceaux. Râpez le comté. Dans une terrine, fouettez les oeufs, ajoutez la crème, salez, poivrez, râpez un peu de noix de muscade. Ajoutez le chou haché, le jambon et le fromage râpé. Mélangez le tout et versez dans la tourtière. Cuisez à four chaud (th 7) 45 mn.

ROULADE DE CHOU

Hachez 250 g de porc maigre et 150 g de lard fumé. Joignez une poignée de mie de pain trempée dans du lait et pressée. Assaisonnez, ajoutez 4 échalotes, persil et cerfeuil hachés. Faites cuire 2 mn à l'eau bouillante les feuilles d'un beau chou. Egouttez, farcissez-les de viande, roulez et ficelez-les. Faites-les cuire 1 h, dans une cocotte, avec 1/4 de litre de bouillon.

ROULEAUX DE CHOU

Pour 4 personnes. Pour la farce: 1 oignon moyen, 300 g de viande hachée, 100 g de riz, 4 cuillères à soupe de purée de tomate, 50 g d'olives noires dénoyautées et hachées, 1 cuillère à soupe de cumin moulu, fenouil, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, sel et poivre. Pour le bouillon: 2 gousses d'ail hachées, 2 dl de purée de tomate, 1 dl de bouillon de viande, le jus d'un demi-citron, une petite cuillère à café de sucre, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, sel et poivre.

Echaudez les feuilles de chou pendant 5 minutes jusqu'à ce qu'elles deviennent suffisamment tendres pour pouvoir être enroulées. Egouttez-les dans une passoire. Enlevez la nervure centrale et disposez-les sur la table de cuisine. Préparez la farce en hachant menu l'oignon et

en le faisant la viande hachée, le riz, les olives, la purée de tomate, le fenouil et le cumin. Salez et poivrez et faites revenir à feu doux pendant 10 minutes. Déposez une pleine cuillerée de farce sur chaque feuille et enroulez ensuite à partir de la base. Disposez les rouleaux l'un à côté de l'autre dans une grande casserole. Mélangez la purée de tomate avec le bouillon, le jus de citron, l'ail, le sucre, le sel et le poivre et versez dans la casserole. Arrosez d'huile d'olive, couvrez les rouleaux d'un plat chargé et maintenez à feu moyen jusqu'à ce qu'ils commencent à cuire. Réduisez le feu au minimum et laissez mijoter durant 1 heure. Servez-les chauds, nappés de la sauce.

SAUCISSES AU CHOU SOC

Pour 4 personnes: 8 saucisses, 2 oignons, 2 gousses d'ail, 1 tomate, 1 gros chou blanc, oignons verts, thym, sel, poivre, huile. Hacher le chou. Le laver et l'égoutter. Couper finement les oignons. Piler l'ail, le sel et le poivre. Couper la tomate en petits dés. Faire chauffer l'eau. Y cuire les saucisses 10 minutes. Egoutter. Faire revenir dans une marmite les oignons et l'ail pilé. Ajouter le thym et la tomate. Mélanger. Mettre les saucisses et le chou. Tourner. Mouiller avec un peu d'eau. Couvrir et laisser cuire 20 minutes à petit feu. Contrôler la cuisson de temps en temps. Servir chaud, en parsemant d'oignons verts hachés.

SOUPE AU CHOU

Pour 6 personnes: 1 chou, 2 oignons, 2 clous de girofle, 2,5 litres d'eau, sel, poivre, 6 pommes de terre, 200 g de lard fumé, 6 tranches de pain rassis, 200 g de cantal.

Faites blanchir le chou 5 mn à l'eau bouillante. Egouttez-le, coupez-le en quartiers et remettez-le dans une marmite avec les oignons piqués de clous de girofle; couvrez d'eau, assaisonnez et laissez mijoter 1 h (30 mn en autocuiseur). Ajoutez alors les pommes de terre et continuez la cuisson 30 mn. Faites rissoler le lard coupé en tranches. Mettez dans chaque assiette

1 tranche de pain, 1 tranche de lard rissolé et 1 ou 2 fines tranches de cantal. Versez la soupe par-dessus, servez bien chaud. Vous pouvez aussi cuire la soupe avec le morceau de lard et ajouter d'autres légumes comme navets, carottes...

SOUPE AUX CHOUX VERTS ET AU LARD

Préparation: 20 minutes. Cuisson: 2 heures. Pour 6 personnes: 4 paquets de choux verts brocolis (on les trouve sur le marché ficelés en bottillons de 3 ou 4 têtes selon la grosseur), 800 g de petit salé, 4 pommes de terre, 80 g de beurre, 4 gousses d'ail, quelques fines tranches de pain de campagne bien rassis.

Lavez soigneusement le petit salé pour le débarrasser de l'excès de sel. Emplissez d'eau froide un grand fait- tout, plongez-y le petit salé; amenez à ébullition, ne salez pas, le lard sale suffisamment ajoutez les choux, laissez cuire 1 heure 30. Ajoutez les pommes de terre dans le

fait-tout après 1 heure 30 de cuisson, les gousses d'ail, goûtez et modifiez l'assaisonnement si nécessaire; laissez la cuisson s'achever. Quand la soupe est cuite égouttez bien les choux; hachez-les grossièrement mettez-les dans un plat de service creux, ajoutez 50 grammes de beurre, mélangez bien, couvrez le plat tenez-le au chaud sur une casserole emplie d'eau bouillante. Disposez les pommes de terre autour des choux. Egouttez le lard, coupez-le en gros dés; posez ces dés sur les choux. Coupez le pain de mie rassis en fines lamelles; mettez-les dans une soupière, ajoutez le reste du beurre, "trempez" la soupe avec le bouillon de cuisson des choux et du lard, laissez le pain s'imprégner du bouillon. Présentez d'une part la soupière, de l'autre le plat de choux au lard, le tout très chaud: servez en même temps un beurre demi-sel.

STRUDEL AU CHOU

Pour 4 à 6 personnes: 250 g de farine, 1 oeuf entier, 5 cl d'huile, 8 cl d'eau tiède, 1 pincée de sel, 12 feuilles de chou vert, 600 g de pommes de terre, 30 cl de lait, 1 jaune d'oeuf, 25 g de farine 25 g de beurre noix muscade, 1 cuillerée à soupe de crème fraîche, sel, poivre, ciboulette.

Préparez la pâte. Dans un saladier, faites une fontaine de farine. Mettez au centre une pincée de sel, l'oeuf entier et l'huile. Travaillez ces ingrédients en incorporant peu à peu l'eau tiède, afin d'obtenir une pâte souple et homogène. Laissez reposer une heure au froid. Faites fondre le beurre dans une casserole, mélangez avec les 25 g de farine, puis le lait. Tournez au fouet à main sur feu doux, ajoutez la crème fraîche, la ciboulette hachée, 3 pincées de noix muscade râpée, sel et poivre. Réservez. Mettez les pommes de terre dans l'eau bouillante salée et faites-les cuire 30 mn avant de les éplucher. Coupez-les en rondelles puis plongez-les dans la sauce. Etalez 6 feuilles de chou, recouvrez-les de pommes de terre en sauce, puis des 6 dernières feuilles de chou. Roulez le tout en saucisson. Etalez finement la pâte au rouleau. Posez par dessus le saucisson de chou, recouvrez-le de pâte et fermez bien en mouillant les bords. Battez le jaune d'oeuf avec un peu d'eau. Badigeonnez le strudel au pinceau et faites cuire au four à 210°C th 7, pendant 30 mn. Servez immédiatement, coupé en tranches.

TARTE AU JAMBON ET AU CHOU

Préparation: 30 mn. Cuisson: 40 mn. Pour 6 personnes: 250 g de pâte brisée, 3 ou 4 tranches de jambon cru, 1 coeur de chou vert frisé, 10 g de beurre, 4 oeufs, 2 dl de crème double, 2 dl de lait, noix muscade, sel, poivre.

Effeuillez le coeur de chou et ébouillantez-le à l'eau salée pendant 10 mn. Egouttez et rafraîchissez les feuilles à l'eau froide puis épongez-les dans un torchon. Garnissez de pâte un moule beurré de 24 cm de diamètre. Retirez le gras du jambon puis détaillez les tranches en lanières. Pré-chauffez le four à 220 °C (th 7). Mélangez les oeufs, la crème et le lait. Salez, poivrez et râpez un peu de noix muscade. Disposez chou et jambon sur le fond de pâte, versez le mélange aux oeufs dessus. Faites cuire dans le bas du four pendant 25 à 30 mn en baissant la température à 180 °C (th 6) à mi-cuisson.

TOURTE AU CHOU

Pour 6 personnes: un paquet de pâte brisée surgelée. Garniture: 1 chou vert, 400 g de restes de viande cuite, 2 oignons, 50 g de beurre ou de margarine, un bouquet de persil, sel, poivre, quatre-épices 1 oeuf pour dorer la pâte. Foncez un moule à tarte avec la moitié de la pâte. Nettoyez et effeuillez le chou, faites-le blanchir 10 mn à l'eau bouillante. Egouttez-le et hachez-le. Hachez la viande et les oignons pelés, faites revenir le tout dans la matière grasse chaude. Ajoutez le persil et l'assaisonnement. Sur le fond de tarte, mettez une couche de chou, une couche de farce, etc. Recouvrez d'une abaisse de pâte, dorez à l'oeuf et faites cuire 45 mn à four moyen.

CHOUX A L'ALSACIENNE

Faites revenir au beurre 100 g de lardons préalablement blanchis. Ajoutez 1 kg de choux de Bruxelles cuits à l'eau salée et égouttés. Laissez étuver. Faites chauffer le contenu d'une boîte de purée de marrons (non sucrée), salez, poivrez, ajoutez 1 dl de crème fraîche. Remplissez un moule beurré de couches alternées de choux et de purée de marrons et faites cuire 20 mn à four moyen. Servez démoulé, avec les saucisses.